

Gemeinsam statt einsam

Zurück ins Leben, miteinander! Kommen Sie zu uns, in die Nachbarschaftshilfe! Gemeinsam finden wir heraus, welche Angebote für Sie die richtigen sind.

Gemeinsame Freizeitaktivitäten, Spaziergänge oder der Besuch eines Therapiehundes stehen genauso auf dem Programm, wie das gemeinsame Kochen und der Kaffeeklatsch mit frisch gebackenem Kuchen.

Und wenn Ihnen das nicht möglich ist, rufen Sie an. Wir kommen gerne zu Ihnen oder holen Sie ab!

Ihre Ansprechpartnerin

Martina Bunz, T (089) 66 60 91 888
M 0176 / 45 61 98 57
bunz@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Prävention und Begegnung

Verschiedene Kursangebote wie „Fit und beweglich im Alter“, Sturzprophylaxe, Qi-Gong oder Balance im Alter unterstützen Sie dabei, lange fit und beweglich zu bleiben.

Herzliche Einladung zu netten Kontakten und interessanten Fachvorträgen. Termine siehe Aushang oder auf unserer Homepage.

**Sie wollen etwas Sinnvolles tun?
Wir suchen immer
engagierte Menschen mit Ideen
und Gemeinsinn.**

Sprechen Sie uns an!

Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching e.V.

Ahornring 119 (Zentrale)
82024 Taufkirchen
T (089) 66 60 91 80
F (089) 66 60 91 82
E-Mail: info@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de
www.nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

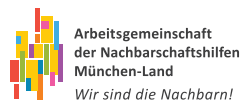
Gefördert als Leuchtturmprojekt des Landkreises München.



**Landkreis
München**



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Nachbarschaftshilfe
Taufkirchen Unterhaching e.V.



**Service- und Beratungs-
stelle für ältere Menschen**

Beratung und Unterstützung
aus einer Hand!



Herzlich willkommen

In unserer Service- und Beratungsstelle helfen wir Ihnen gerne bei Fragen rund um die Versorgung und Betreuung.

Verschiedene Angebote zur Unterstützung im Alltag ermöglichen, in vertrauter Umgebung wohnen zu bleiben. Eine Finanzierung ist über den Entlastungsbetrag nach § 45b SGB XI möglich.

Gleichzeitig finden Sie in unserer Anlaufstelle nette Kontakte und ein offenes Ohr für all Ihre Anliegen. Auch wenn Sie eine sinnvolle Aufgabe suchen, helfen wir gerne weiter.

Hilfe im Haushalt

Wir unterstützen Sie bei:

- Reinigung der Wohnung, Fensterputzen etc.
- Wäscheversorgung, Mahlzeiten zubereiten
- Einkäufe und Besorgungen erledigen
- Betreuung und Begleitung zu Unternehmungen

Wenn gewünscht, kochen unsere Mittagssperlen mit Ihnen zusammen und bleiben auch zum Essen. Denn in Gesellschaft macht das Essen mehr Freude.

Ihre Ansprechpartnerinnen

Für Taufkirchen: Bettina Meier, T (089) 666 10 03 91
meier@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Für Unterhaching: Beate Huber, T (089) 611 12 73
huber@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Tagesbetreuung

In unserer **Tagesbetreuung für pflegebedürftige Menschen und Menschen mit Demenz** bieten wir eine liebevolle und aktivierende Betreuung. Auch halbe Betreuungstage oder Schnupperstunden sind möglich. Mit Abholservice von zuhause. Jeden Dienstag und Freitag von 9.00 - 16.30 Uhr

Ihre Ansprechpartnerin

Christiane Wagner, T (089) 666 10 03 92
oder M 0152 / 53 65 40 49
wagner@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Demenzbetreuung & Unterstützung Angehöriger

Unsere **ausgebildeten Seniorenhelfer/innen** entlasten Sie durch regelmäßige Besuche. Sie gehen spazieren, lesen vor, spielen oder sind einfach nur da. Termine nach Absprache.

Ihre Ansprechpartnerin

Inge Weiß, T (089) 666 10 03 90

Tauschen Sie sich im **Gesprächskreis** mit anderen Betroffenen aus. Parallel bieten wir eine Betreuung Ihres Angehörigen an. Jeden 3. Mittwoch im Monat 14.30 - 16.30 Uhr (Anmeldung erforderlich).

Ihre Ansprechpartnerin

Annett Lütke-Holz, T (089) 666 10 03 90
luetke-holz@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de



Beratung und Information

Haben Sie Fragen zum Wohnen im Alter, zu Hilfen oder zur Pflege zuhause? Brauchen Sie Unterstützung bei Anträgen oder zum Thema Vorsorgevollmacht? Oder möchten Sie wissen, wie es weitergeht, wenn der Antrag auf Pflegegrad gestellt wurde?

Suchen Sie Rat als pflegende Angehörige? Wir behandeln Ihr Anliegen kompetent, vertraulich und kostenfrei.

Service- und Beratungsstelle
Eschenstr. 40, 82024 Taufkirchen (1. Stock)

Unser Beratungsteam

Maja Argyriou (Leitung), T (089) 666 10 03 90
& Annett Lütke-Holz, T (089) 666 10 03 90
beratung@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag von 9.30 - 12.30 Uhr.
Ohne Anmeldung, kommen Sie einfach vorbei!

Vor Ort in Unterhaching

In unserer Geschäftsstelle (Hofmarkweg 6) bieten wir Termine nach vorheriger Vereinbarung an.